



---

## 2 KYU egzamino programa (rudas diržas)

### **Kihon**

Kamae:

- |  |                               |
|--|-------------------------------|
| 1. Kizami-zuki / gyaku-zuki                        | 3 x pirmyn ir atgal           |
| 2. Kizami-zuki / oi-zuki                           | 3 x pirmyn ir atgal           |
| 3. Gyaku-zuki / gyaku-zuki                         | 4 x pirmyn ir atgal           |
| 4. Kizami-zuki / oi-zuki / gyaku-zuki              | 2 x pirmyn ir atgal           |
| 5. Laisva zuki kombinacija                         | 1 x pirmyn ir atgal           |
| 6. Mae-geri / oi-zuki                              | 4 x pirmyn ir atgal           |
| 7. Gyaku-zuki / mae-geri                           | 4 x pirmyn ir atgal           |
| 8. Gyaku-zuki / mawashi-geri                       | 4 x pirmyn ir atgal           |
| 9. Gyaku-zuki / yoko-geri                          | 4 x pirmyn ir atgal           |
| 10. Ushiro-geri / gyaku-zuki                       | 4 x pirmyn ir atgal           |
| 11. Mae-geri / oi-zuki / gyaku-zuki                | 2 x pirmyn ir atgal           |
| 12. Laisva geri kombinacija                        | 1 x pirmyn ir atgal           |
| 13. Mae-geri / yoko-geri / ushiro-geri (t.p. koja) | 3 x vietoje (dešine ir kaire) |

### **Kata**

Jion (Nuo šventyklos)

Heian 1 – 5, Tekki-Shodan (Geležinis raitelis) (laisvas pasirinkimas - 1 kata)

### **Kumite**

Jyu-ippon kumite:

tori – oi-zuki jodan, oi-zuki chudan, mae-geri chudan, mawashi-geri jodan, yoko-geri kekomi chudan, ushiro-geri chudan.

Jyu kumite (sportinis stilius)

---